

## ¿Eres la misma persona en las redes sociales?

Las redes sociales son uno de los medios en los que las personas más nos movemos de hace unos años aquí. Quien más y quien menos tiene perfiles en una o varias redes sociales y en ellas volcamos, no solo la parte de quién somos que queremos mostrar o ciertas distorsiones de la misma porque nos convenga, sino una cara oscura que no solemos mostrar en vivo y en directo.

- *¿Crees que es fácil ser la misma persona en la vida real que en las redes?*
- *Cuando miras los perfiles de tus amigos y amigas y comparas con lo que sabes acerca de sus vidas, ¿te parece que coinciden ambos aspectos?*
- *Si hicieras la misma pregunta respecto a ti y a tu persona, ¿qué responderías?*
- *¿Crees que te avergonzarías de que algunos aspectos de lo que escribes o publicas se hicieran públicos para todas las demás personas, especialmente para aquellas a las que te referías en tus comentarios?*

Es muy posible que, de tener delante a las personas implicadas, cambiáramos muchas de nuestras intervenciones en redes sociales. O quizá, por el contrario, seríamos capaces de defenderlo como nuestro derecho a la libertad de expresión, que se entiende hoy como uno fundamental. ¿Tú qué piensas?

## ¿Qué podemos trabajar sobre este tema?

Es difícil mantenernos íntegros, conforme a nuestra forma de ser, en todos los ambientes en que

# fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

nos movemos. Y esto no es cosa solo de gente joven. También implica de lleno a los adultos y adultas.

No nos comportamos igual en nuestra casa que en la calle, ni en la escuela en comparación con cuando estamos entre colegas. Los espacios de trabajo suelen mantener en oculto muchas de nuestras características de personalidad, sobre todo cuando se espera de nosotros y nosotras el cumplimiento de un determinado rol según unos valores que, quizá, no nos representan completamente. Y luego, está internet.

La red es un espacio particularmente atractivo para mantener un perfil bajo en cuanto a visibilidad (hay cierta sensación de anonimato e impunidad, puedo esconderme tras un perfil o un pseudónimo), y a la vez puede mantenerse un perfil muy alto de participación (opinar de todo y todos se ha convertido en deporte nacional, internacional, y altamente “sangriento”).

- *¿Cuál es el peor comentario que has visto en la red acerca de algo o alguien?*
- *¿Alguna vez te ha salpicado directamente lo que alguien ha comentado en una red social?*
- *¿Te sorprendió que te alcanzara esa participación? ¿Lo esperabas de esa persona? ¿Crees que se hubiera expresado así de haber estado tú delante?*
- *¿Te ha sucedido a la inversa, es decir, que te veas “con la cara colorada” porque se ha visibilizado algo que has dicho u opinado sobre alguien que no correspondía expresar como lo hiciste?*

El problema a la hora de interpretar cosas como lo que hemos visto en esta secuencia, es intentar justificarlo por la vía de la libertad de expresión. Dicho de forma coloquial, quedaría algo como “*Todos y todas deberíamos poder decir lo que queramos en las redes sobre lo que o quien*”

# fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

*deseemos. Es nuestro derecho y es inviolable*". Y podría tener cierto sentido, siempre que no suceda como ha pasado en el experimento que hemos presenciado:

- *¿Crees que lo que se han expresado han sido simplemente opiniones?*
- *¿Qué más había, además de opiniones legítimas sobre algo o alguien?*
- *¿Puedes poner algún ejemplo que nos ayude a distinguir lo que es una opinión legítima de un ensañamiento? (Por ejemplo, decir sobre la chica musculada "No me gusta nada", no debería ser ningún problema. Es una opinión particular y subjetiva sobre alguien en cuanto a su aspecto, que solo ofenderá a quien se haya propuesto como objetivo gustar a todo el mundo, lo cual no es posible en ningún caso. Las opiniones que se han escrito al respecto, sin embargo, tenían insultos, expresiones despectivas y agresivas, frases "lapidarias" que se dan como verdad y no como opinión...).*
- *¿Ha sucedido lo mismo respecto a los colectivos anteriores (hipsters, calvos, fans de cosplay...)?*
- *¿Cómo crees que se hubieran sentido los chicos y chicas participantes si en el experimento les hubiera puesto delante también a personas con esas características que habían criticado?*

El hecho de poder tener acceso a lo que los demás estaban escribiendo quizás ha tenido también cierto efecto de "echar leña al fuego". *¿Tú qué opinas?*

Cuando se les ha dicho que el mensaje que escribieran sería anónimo, lo que se les ha garantizado es que, de los cinco presentes, no se sabría quién había escrito qué, pero a la chica musculada, al margen de que sepa quién ha sido, desde luego el contenido dañino le llega y hace una marca en su autoestima.

# fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

- *¿Pensáis que esta chica es solo fuerte a nivel físico?*
- *¿Es posible que, por moverse en un mundo eminentemente de hombres, como es el culturismo, se haya tenido que hacer fuerte también en ese sentido emocional y de afirmación como mujer culturista?*
- *¿Qué extra obliga a añadir el asunto de estar expuesta en las redes sociales? ¿Piensas que habrá tenido que desarrollar algo más sus capacidades para hacer oídos sordos a ciertas cosas?*
- *¿Significa ese proceso que ya no le importa, seguramente, lo que se pueda opinar de ella o cuánto se ensañe la gente con sus comentarios?*

Piensa en las reacciones que has visto en las y los participantes cuando esta chica ha aparecido frente a cada uno de ellos y ellas.

- *¿Cómo describirías las sensaciones que has observado y que han sentido?*
- *¿Te parece que han sido tan valientes en la vida real como escribiendo?*
- *¿Qué decía el lenguaje no verbal de cada uno de ellos y ellas? Analizad a cada participante por separado y sacad conclusiones.*
- *¿Te sorprende que ni siquiera la chica que había expresado simplemente que no le gustaba nada haya sido capaz de reconocer que era ella la que había dicho esa opinión?*
- *¿Piensas que las reacciones que han tenido en el grupo pertenecen a remordimiento o a un verdadero arrepentimiento?*
- *¿Ves alguna diferencia entre estos dos conceptos? ¿Podrías identificar esas diferencias?*

En el remordimiento hay una emoción negativa que surge, principalmente, del hecho de que a uno o una lo han “pillado” en algo feo, y como forma de autoprotección frente a la vergüenza y el malestar

# fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

que se siente, se intenta “recolocar” la situación como se pueda.

A diferencia de lo que sucede en el arrepentimiento, donde lo esencial es reparar a la víctima y hay un pesar profundo por el dolor que se ha causado, en el remordimiento la ocupación y preocupación de quien dañó está en protegerse en primera persona y que el temporal pase cuanto antes.

En el remordimiento, por último, es más fácil que vuelva a pasar lo mismo. En el arrepentimiento se espera que haya un cambio de 180 grados en la conducta que se llevó a cabo y que lo aprendido surta efecto en próximas situaciones.

Realmente no sabremos si aquí hubo del uno o del otro, sin saber en qué términos se produjeron sus siguientes interacciones en redes sociales.

- *¿Crees que este tipo de experimentos ayudan a que nos concienciamos más acerca de lo que hacemos y decimos en las redes sociales?*
- *¿Crees que tienes alguna que otra cosa que cambiar respecto a la manera en la que te relacionas en la red?*
- *¿Qué opinas de la frase final del experimento, cuando se dice que “El ciberodio saca lo peor de nosotros. No hagas en las RRSS lo que no haces en la vida real”?*

Proponemos que se termine la actividad permitiendo el uso del móvil en el aula, con el fin de que puedan revisar sus conversaciones y publicaciones en redes del último mes y contabilicen si consideran que deberían hacer algún que otro cambio. Tras unos minutos de observación y análisis de esto, puede pedirse que se haga una pequeña participación a mano alzada para mostrar quiénes creen que deben hacer:

# fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

1. Ningún cambio.
2. Algún cambio.
3. Bastantes cambios.
4. Muchos cambios.
5. Deben cambiar radicalmente su uso de las redes sociales.

Terminar al más puro estilo “tuit”, cada cual aportando en pocos “caracteres” su principal conclusión tras la actividad realizada.